

## ANALISIS FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEIKUTSERTAAN SENAM HAMIL PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM HJ. DINCE SAFRINA SST

Wiwi Sartika<sup>1</sup>Siti Qomariah<sup>2</sup>

Program Studi D III Kebidanan Universitas Abdurrah  
Jl.Riau Ujung No.73, Pekanbaru 28292 Indonesia  
[wiwi.sartika@univrab.ac.id](mailto:wiwi.sartika@univrab.ac.id), [siti.qomariah@univrab.ac.id](mailto:siti.qomariah@univrab.ac.id)

### ABSTRACT

Pregnancy and childbirth are natural processes for a woman, during pregnancy the body will experience many adaptations of physiology and psychology. Physiological adaptation consists of changes in the reproductive system, changes in the cardiovascular system, changes in the respiratory system, changes in the gastrointestinal system, changes in the renal system, changes in the endocrine system, changes in the abdominal wall and skin, and metabolic changes while psychological changes consist of stressors during pregnancy and changes in pregnancy. The purpose of this study is to determine the analysis of factors that influence the participation of pregnancy exercise in trimester III pregnant women at the BPM Hj. Dince Safrina, SST. The research used was quantitative observational analytic (cross-sectional) with elements of independent and dependent variables. The population in this study were all mothers - third trimester pregnant women (gestational age above 28 weeks) who visited the BPM Hj. Dince Safrina, SST. Samples with a sample of 61 respondents. Sampling is done in Accidental Sampling. Data used are primary data by distributing questionnaires. Data analysis was done by univariate, bivariate with chi-square test and multivariate with multiple logistic regression tests. The results of the multivariate analysis variables that most influenced the participation of pregnant gymnastics were the motivation variable (OR: 6.93; 95% CI: 1.95-24.60). The conclusion in this study is that high motivation from both pregnant women and families 6.93 times affected pregnant women to take part in pregnancy exercises at the nearest health facility.

Keywords: Pregnant Women, Participation, Pregnant Gymnastics

### ABSTRAK

Kehamilan dan persalinan merupakan proses yang alamiah bagi seorang wanita, pada masa kehamilan tubuh akan banyak mengalami adaptasi fisiologi dan psikologi. Adaptasi fisiologi terdiri dari perubahan sistem reproduksi, perubahan sistem kardiovaskuler, perubahan sistem pernapasan, perubahan sistem gastrointestinal, perubahan sistem renal, perubahan sistem endokrin, perubahan dinding perut dan kulit, serta perubahan metabolik sedangkan perubahan psikologi terdiri dari stressor pada saat kehamilan dan perubahan psikologi kehamilan. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Analisis faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Hj. Dince Safrina, SST. Penelitian yang digunakan bersifat kuantitatif analitik observasional (*cross-sectional*) dengan unsur variabel independen dan dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu – ibu hamil trimester III (usia kehamilan diatas 28 minggu) yang berkunjung di BPM Hj. Dince Safrina, SST. Sampel dengan jumlah sampel 61 responden. Pengambilan sampel dilakukan secara *Accidental Sampling*.. Data yang digunakan adalah data primer dengan menyebarkan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan uji *chi-square* dan multivariat dengan uji regresi logistik ganda. Hasil analisis multivariat variabel yang paling mempengaruhi keikutsertaan senam hamil adalah variabel motivasi (OR:6,93;

95%CI: 1,95-24,60). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah motivasi yang tinggi baik dari diri ibu hamil maupun dari keluarga 6,93 kali mempengaruhi ibu hamil untuk mengikuti senam hamil di fasilitas kesehatan terdekat.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Keikutsertaan, Senam Hamil

## Pendahuluan

Kehamilan dan persalinan merupakan proses yang alamiah bagi seorang wanita, pada masa kehamilan tubuh akan banyak mengalami adaptasi fisiologi dan psikologi. Adaptasi fisiologi terdiri dari perubahan sistem reproduksi, perubahan sistem kardiovaskuler, perubahan sistem pernapasan, perubahan sistem gastrointestinal, perubahan sistem renal, perubahan sistem endokrin, perubahan dinding perut dan kulit, serta perubahan metabolik sedangkan perubahan psikologi terdiri dari stressor pada saat kehamilan dan perubahan psikologi kehamilan [1]

Setiap ibu hamil seharusnya mendapat perawatan kehamilannya secara baik, dengan cara memeriksakan kehamilannya, tetapi pada kenyataannya masih banyak ibu hamil belum mengerti yang lebih dalam tentang pemeriksaan kehamilan (ANC). Menurut data rekam medis yang menurut Depkes RI (2012), kondisi derajat kesehatan di Indonesia ini masih memprihatinkan antara lain ditandai dengan tingginya AKI (Angka Kematian Ibu) yaitu 146/100.000 kelahiran hidup dan mati bayi baru lahir 78,01/1000 (SDKI 2012/2013). Beberapa faktor yang melatarbelakangi resiko kematian adalah kurangnya partisipasi ibu yang disebabkan tingkat pendidikan ibu rendah, kemampuan ekonomi keluarga rendah, kedudukan social budaya yang tidak mendukung [2]

Pada trimester ketiga (27-40 minggu), kecemasan menjelang persalinan ibu hamil pertama akan muncul. Untuk memutus siklus

kecemasan tersebut, maka senam hamil sebagai salah satu pelayanan prenatal, merupakan suatu alternatif pada ibu hamil karena dalam gerakan senam hamil terkandung efek relaksasi yang dapat menstabilkan emosi ibu hamil serta senam hamil dapat memperkuat otot-otot. Senam hamil adalah kegiatan olah raga yang dilakukan dengan tujuan membuat elastis otot dan ligamen yang ada di panggul, memperbaiki sikap tubuh, mengatur kontraksi dan relaksasi, serta mengatur teknik pernafasan, sehingga mempermudah dalam proses persalinan khususnya persalinan normal [4]

Keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil menyangkut perilaku kesehatan ibu hamil. Menurut L. Green (Notoatmodjo, 2003), perilaku kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh 2 faktor pokok, yakni faktor perilaku (behavior causes) dan faktor di luar perilaku (nonbehavior causes). Perilaku itu sendiri ditentukan atau terbentuk dari 3 faktor, yaitu: faktor predisposisi (predisposing factor), yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, tradisi, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, pendidikan, dan sebagainya. Faktor pendukung (enabling factors), yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau, sarana-sarana kesehatan, misalnya puskesmas, obat-obatan, alat-alat kontrasepsi, jamban, dan sebagainya [5]

Faktor pendorong (*reinforcing factor*) yang terwujud dalam sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama, petugas kesehatan, atau petugas yang lain, yang merupakan

kelompok referensi dari perilaku masyarakat. Faktor yang bersumber dari dalam individu yang dapat mempengaruhi keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil adalah pendidikan dan pekerjaan. Pendidikan dan pekerjaan juga erat kaitannya dengan pengetahuan ibu hamil. Ibu hamil yang bekerja membantu suami mencukupi nafkah keluarga tidak memiliki banyak waktu untuk mengikuti kegiatan senam hamil. Sedangkan ibu hamil yang tidak bekerja lebih dapat meluangkan waktunya untuk mengikuti senam hamil. [6]

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana Analisis faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Hj. Dince Safrina, SST

Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Analisis faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan senam Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Hj. Dince Safrina, SST.

Hasil Penelitian ini diharapkan berguna bagi ibu-ibu hamil trimester III agar bisa mengikuti senam hamil yang bertujuan nantinya bisa membantu memperlancar proses persalinan.

## METODE

Penelitian yang digunakan bersifat kuantitatif analitik observasional (*cross-sectional*) dengan unsur variabel independen dan dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu – ibu hamil trimester III (usia kehamilan diatas 28 minggu) yang berkunjung di BPM Hj. Dince Safrina, SST. Sampel dengan jumlah sampel 61 responden. Pengambilan sampel dilakukan secara *Accidental Sampling*. Data yang digunakan adalah data primer dengan

menyebarkan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil analisis Bivariat variabel Dari hasil seleksi bivariat yang telah dilakukan didapatkan hasil semua variabel mempunyai nilai  $p < 0,25$ . Sehingga semua variabel independen dimasukkan ke dalam model multivariat. Pengolahan data dilakukan dengan tahap *editing, coding, proseding, cleaning dan tabulating*. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dan multivariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi Analisis Univariat Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	%
<b>Umur</b>		
Resiko Tinggi	28	45.9
Resiko Rendah	33	54.1
<b>Pendidikan</b>		
Tinggi	40	65.6
Rendah	21	34.4
<b>Paritas</b>		
Nullipara	33	54.1
Primipara	28	45.9
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	39	63.9
Kurang	22	36.1
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	23	37.7
Tidak Bekerja	38	62.3
<b>Motivasi</b>		
Tinggi	41	67.2
Rendah	20	32.8

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa Mayoritas Responden Berumur 33 dengan 54,1%. Mayoritas responden berpendidikan tinggi dengan jumlah 40 dengan 65,6%. Mayoritas responden nullipara dengan jumlah 33 dengan 54,1 %. Mayoritas responden berpengetahuan baik dengan jumlah 39 dengan 63,9%. Mayoritas responden tidak bekerja dengan jumlah 38 dengan 62,3 %. Mayoritas responden memiliki motivasi tinggi dengan jumlah 41 dengan 67,2%. Mayoritas responden yang tidak mengikuti senam

hamil dengan jumlah 31 dengan 50,8 %.

#### b. Analisa Bivariat

Hubungan Beberapa Variabel Independen Dengan Faktor Yang Mempengaruhi Keikutsertaan Senam hamil Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Hj. Dince Safrina, SST

Variabel Independen	Senam		Hamil		Jmh		P Value	OR (95 % CI)
	Ikut n	%	Tidak n	Ikut %	n	%		
<b>Umur</b>								
Resiko Tinggi	15	53.6 %	15	46.4 %	28	100	0,527	1,385
Resiko Rendah	15	45.5 %	18	54.5 %	33	100		
<b>Pendidikan</b>								
Tinggi	24	60.0 %	16	40.0 %	40	100	.018	3,750
Rendah	6	28.6 %	15	71.4 %	21	100		
<b>Paritas</b>								
Nulli Para	20	60.6 %	13	39.4 %	33	100	.051	2,769
Primi Para	10	35.7 %	18	64.3 %	28	100		
<b>Pengetahuan</b>								
Baik	23	59.0 %	16	41.0 %	39	100	.040	3,080
Kurang	7	31.8 %	15	68.2 %	22	100		
<b>Pekerjaan</b>								
Bekerja	17	73.9 %	6	26.1 %	23	100	.002	5,449
Tidak Bekerja	13	34.2 %	25	65.8 %	38	100		
<b>Motivasi</b>								
Tinggi	26	63.4 %	15	36.6 %	41	100	.001	6,933
Rendah	4	20.0 %	16	20.0 %	20	100		

#### C. Analisis Multivariat

Hasil Seleksi Bivariat Untuk Kandidat Multivariat ( $p < 0,25$ )

No	Variabel	P Value	OR
1	Umur	0.052	1.385
2	Pendidikan	0.023	3.750
3	Paritas	0.055	2.769
4	Pengetahuan	0.045	3.080
5	Pekerjaan	0.004	5.449
6	Motivasi	0.003	6.933

#### D. Pemodelan Multivariat

Setelah dilakukan pemodelan kedua, selanjutnya dilihat perubahan nilai OR (OR sebelum variabel X dikeluarkan – OR setelah variabel X dikeluarkan / OR sebelum variabel X dikeluarkan x 100 %) pada variabel independen yang lainnya dengan atau tanpa variabel pengetahuan adalah pada tabel sebagai berikut :

No	Variabel	P Value	OR 95 % CI	
			Lower	Upper
1	Motivasi	0.003	6.933	1.954 24.605

#### Pembahasan

##### 1. Umur

Pada usia 31-40 tahun merupakan usia dewasa, dalam hal berpikir seseorang lebih logis, sehingga daya ingat dan cara pandang lebih luas terhadap informasi sehingga mudah mengingat dan memahami suatu hal yang baru. Dengan demikian bertambahnya umur maka akan menjadikan ibu semakin dewasa dalam hal berpikir untuk memenuhi kebutuhan dirinya. [2]

Kematangan usia seseorang mempengaruhi proses pengambilan keputusan dan proses berfikir dalam melakukan suatu kegiatan. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam

berfikir. Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai  $p < 0,05$  yang artinya ada hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil [11]

## 2. Pendidikan

Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai  $p = 0,745$  yang artinya ada hubungan tingkat pendidikan ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil. [6]

Tingkat pendidikan juga mempengaruhi sejauh mana ibu hamil tahu dan memahami tentang senam hamil. Dimana senam hamil adalah suatu terapi latihan gerak untuk mempersiapkan ibu hamil baik secara fisik dan mental pada persalinan cepat, aman dan spontan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pendidikan ibu hamil maka ibu hamil semakin aktif melakukan senam hamil. Dengan pendidikan menengah ibu hamil memiliki pemahaman dan wawasan yang luas tentang manfaat dari senam hamil.

Pengetahuan yang didapat kurang dan juga kurangnya minat atau keinginandari sang ibu hamil membuatnya juga takut untuk mengikuti senam hamil. Selain itu walaupun seorang ibu hamil berpendidikan tinggi ada juga seorang ibu yang tidak mengikuti senam hamil.

## 3. Paritas

Sebagian besar ibu primipara dan sebagian kecil ibu nullipara pada responden yang mengikuti senam hamil. Paritas adalah banyaknya kelahiran hidup yang dipunyai oleh seorang wanita. [8]

Senam hamil jarang diikuti ibu nullipara bisa dikarenakan kurangnya informasi tentang manfaat senam hamil untuk menghadapi persalinan. Sedangkan bagi ibu primipara selain informasi yang kurang bisa juga karena kesibukan pekerjaan sehingga menyita waktu untuk melakukan senam hamil. Banyaknya pengalaman dalam persalinan juga menentukan besarnya partisipasi ibu dalam mengikuti senam hamil. [1]

## 4. Pengetahuan

Berdasarkan hasil ( $p\text{value} = 0,0116 < 0,05$ ) dapat dinyatakan Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai  $p = 0,005$  yang artinya ada hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil dengan keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikembangkan oleh Green, bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang menentukan perilaku seseorang. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui indra mata, telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang / *overt behavior*. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bermakna daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Perilaku yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keikutsertaan ibu hamil dalam melakukan senam hamil [9]

Dalam perkembangannya, masih banyak ibu hamil yang jarang melakukan senam hamil

diantaranya karena kurangnya pengetahuan ibu terhadap senam hamil dan tidak aktifnya pelaksanaan senam hamil, sehingga berdampak negatif terhadap keadaan ibu dan janinnya. Dampak ibu yang tidak melakukan senam hamil lebih rentan mengalami ketegangan jiwa dan fisik yang menyebabkan persendian dan otot kaku, sehingga akan mengakibatkan memperlambat proses persalinan.

Seseorang yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan lebih mudah menerima informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan. Artinya, ia dapat mengadopsi inovasi dengan cepat dibandingkan dengan ibu-ibu berlatar belakang pendidikan rendah yang cenderung sulit untuk mengetahui atau mengikuti informasi yang tersedia dengan keterbatasan pengetahuan.[10]

## 5. Pekerjaan

Kesibukan bekerja membuat ibu hamil yang berpendidikan tinggi tidak dapat mengikuti senam hamil. Ibu hamil yang bekerja pastinya akan sedikit kerepotan membagi waktu antara bekerja dengan mengikuti senam hamil. Jadi jelas bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan ibu hamil dengan keikutsertaan senam hamil.

bekerja bagi ibu ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupannya sehingga ibu tidak punya banyak waktu untuk mendapatkan informasi. Manusia memerlukan suatu pekerjaan untuk dapat berkembang dan berubah. Seseorang bekerja bertujuan untuk mencapai suatu keadaan yang lebih daripada keadaan sebelumnya.

Dengan bekerja seseorang dapat berbuat yang bernilai, bermanfaat dan memperoleh berbagai pengalaman.[11]

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keikutsertaan ibu hamil dalam senam hamil meliputi: yaitu pekerjaan, paritas. sebagian besar ibu hamil bekerja swasta dan sebagian kecil sebagai buruh tani. Ibu hamil yang bekerja cenderung menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bekerja sehingga partisipasi dalam mengikuti senam hamil pun jarang bahkan sampai tidak pernah ikut. Ibu hamil yang bekerja juga ada yang merasa lelah dan capek setelah bekerja sehingga lebih memilih [3]

## 6. Motivasi

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai  $p = 0.002$  ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa ada hubungan motivasi dengan keikutsertaan ibu hamil mengikuti senam. Penelitian ini didukung dengan penelitian Haswita (2012) menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil dengan nilai  $p = 0,001$ .

Motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil memiliki hubungan yang sangat erat. Dimana seseorang yang telah termotivasi untuk melakukan sesuatu, maka akan berusaha melakukan sesuatu tersebut dengan baik dan tekun, dengan harapan hasil yang baik. Motivasi seseorang yang disebabkan oleh kemauan sendiri bukan dari dorongan luar akan lebih menguntungkan [8]

Motivasi ibu hamil dengan pelaksanaan senam hamil memiliki hubungan yang sangat erat. Dimana seseorang yang telah termotivasi untuk melakukan sesuatu, maka akan berusaha melakukan sesuatu tersebut dengan baik dan tekun, dengan harapan hasil yang baik. Motivasi seseorang yang disebabkan oleh kemauan sendiri bukannya dorongan luar akan lebih menguntungkan dan memberikan keteraturan dalam melakukan aktivitas [4]

### SIMPULAN

Ada pengaruh secara signifikan antara pengetahuan, pekerjaan, motivasi, pendidikan terhadap keikutsertaan dalam senam hamil di Rumah Bersalin Dince Safrina, SST dan Motivasi ibu hamil berpengaruh 6,9 kali terhadap pelaksanaan senam hamil. Motivasi yang tinggi baik dari keluarga, orang terdekat dan dari diri pribadi ibu hamil tersebut sangat berpengaruh terhadap pelaksanaan senam hamil.

### SARAN

1. Bagi Instansi Pelayanan Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan dalam pengembangan pendidikan kebidanan tentang senam hamil.
2. Bagi Ibu hamil supaya dapat melakukan senam hamil secara rutin sehingga dapat menurunkan kecemasan menghadapi persalinan dan memperlancar persalinan.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Wahyuni & Nida. Q, "Pengaruh Senam Hamil Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Kehamilan Trimester Ketiga," *Jurnal Kesehat.*, vol. 3(2), 2010.
- [2] Wulandari P. Y, "Efektivitas Senam Hamil Sebagai Pelayanan Prenatal Dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pertama," *INSAV*, vol. 8(2): 144, 2006.
- [3] A. Sulistiyawati, *Asuhan kebidanan pada masa kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika, 2009.
- [4] R. A. Pudiastuti, *Buku Ajar ; Kebidanan Komunitas*. Yogyakarta: Haikhi, 2011.
- [5] S. Bandiyah, *Kehamilan, persalinan, dan gangguan kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2009.
- [6] M. Indriatai, *Senam Hamil dan Balita*. Yogyakarta: Cemerlang publishing, 2008
- [7] G. . Mandriati, *Panduan Belajar Asuhan Kebidanan Ibu Hamil*. Jakarta: EGC, 2008.
- [8] A. B. Nirwana, *Kapita Selekta Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2011.
- [9] S. Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- [10] Wawan, A dan Dewi, M.. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika, Yogyakarta, 2010
- [11] Widiyanti. 2013. *Senam Kesehatan Dilengkapi dengan Contoh Gambar*. Yogyakarta : Nuha Medika